

## Fare la Pioggia

	<u>Tempo previsto:</u> ~ 5 min
	<u>Luogo:</u> all'interno o all'esterno
	<u>Partecipanti:</u> 6 – 25 persone
	<u>Materiale:</u> -
	<p><u>Procedimento:</u></p> <p>Una persona inizia a fare un piccolo rumore sfregandosi le mani. La persona che segue attende qualche secondo poi inizia a fare lo stesso rumore, così la persona seguente, ecc.</p> <p>Arrivati all'ultima persona che sfrega le mani, la prima persona ricomincia con lo schiacciare le dita, la persona che segue fa lo stesso, ecc.</p> <p>Sequenza dei rumori:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sfregare le mani</li> <li>- Schiacciare le dita</li> <li>- Battere le mani sulle ginocchia</li> <li>- Battere le mani</li> <li>- Battere le mani sulle ginocchia</li> <li>- Schiacciare le dita</li> <li>- Sfregare le mani</li> </ul> <p>⇒ Il rumore diventa man mano più forte e poi ricomincia piano!</p>
	<p><u>Finalità:</u></p> <p>Per rilassare e risvegliare la mente e il corpo; per porre attenzione agli altri entrare in sintonia</p>
	<p><u>Fonte:</u></p> <p>Wilde Bühne, Stuttgart</p>